

Домашние задания на апрель месяц

Четвёртая неделя - с 20 по 30 апреля

Занятие №1

Основные виды движений:

а) равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс (2-3 раза);

б) прыжки на двух ногах из обруча в обруч (5-6 плоских обручей)(2-3 раза).

Подвижная игра «Найди свой домик»

Дети сидят вдоль одной стороны площадки или комнаты. «Пойдем гулять»,— говорит воспитатель. Дети расходятся группами или в одиночку, кто куда хочет. По сигналу воспитателя «домой» все бегут в свой домик. Игра повторяется 3—4 раза.

Если вначале дети недостаточно ориентируются в пространстве, можно разрешить садиться на любой стул. Потом вводится правило - занимать только свой домик.

Занятие №2

Основные виды движений:

а) равновесие – ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, руки на пояс; на середине скамейки присесть, вынести руки вперёд, подняться и пройти дальше (2-3 раза);

б) прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в ряд на расстоянии 40 см один от другого.